



**Magiczny  
Kraków**

## **Centrum Aktywności Seniora Źródło w grudniu.**

2015-12-01

**Wykaz godzin zajęć Centrum Aktywności Seniora Źródło zaprasza w grudniu.**

### GRUDZIEŃ 2015

poniedziałek

godz. 8.30 - 10.30 - zajęcia językowe

godz. 10.30 - 12.30 - zajęcia szachowe

godz. 13.00 - 15.00 - szkolenie z obsługi urządzeń technologicznych

godz. 15.00 - 17.00 - pierwsza pomoc

wtorek

godz. 10.00 - 11.00 - zajęcia teatralne

godz. 13.00 - 14.00 kawiarenka obywatelska

godz. 14.30 - 16.30 - zajęcia brydżowe

środa

godz. 9.00 - 10.00 - nordic walking

godz. 10.00 - 11.00 - zajęcia ruchowe

godz. 12.00 - 14.00 - szkolenie z opieki nad osobą obłożnie chorą

czwartek

godz. 10.00 - 12.00 - zdrowe żywienie

godz. 13.30 - 14.30 - kawiarenka obywatelska

piątek

godz. 8.00 - 12.00 - praca biurowa, spotkania z seniorami - porady obywatelskie

dodatkowo: zajęcia z opieki nad osobą obłożnie chorą - wyjście do DPS na ul. Lanową

zajęcia z urządzeń technologicznych - 2 wyjścia do kawiarenki z wi-fi - zajęcia z ipadami.